

MAŽIEJI IR SAUGUMAS: KAIP IŠVENGTI NELAIMINGŲ ATSTITIKIMŲ NAMUOSE IR LAUKE

Vaikai – smalsūs, aktyvūs ir nuolat **tyrinėjantys aplinką**. Jie mokosi liesdami, ragauodami, judėdami ir eksperimentuodami. Tačiau būtent šis natūralus smalsumas dažnai tampa priežastimi, dėl kurios **vaikai patenka į pavojingas situacijas**. Nelaimingi atsitikimai yra viena dažniausių vaikų traumų priežasčių, tačiau didelės dalies jų galima išvengti, jei suaugusieji iš anksto pasirūpina saugia aplinka ir nuosekliai ugdo vaikų saugumo įgūdžius.

Svarbu suprasti, kad **saugumas** – tai ne vienkartinė priemonė, o **nuolatinis procesas**, apimantis aplinkos pritaikymą, vaikų mokymą ir atsakingą suaugusiųjų elgesį. Šiame kontekste itin svarbus bendradarbiavimas tarp šeimos ir ugdymo įstaigų, ypač darželių, nes vaikas didelę dienos dalį praleidžia būtent ten.



SAUGUMAS NAMUOSE

Namai yra pirmoji ir svarbiausia vaiko aplinka. Nors jie turėtų būti saugiausia vieta, statistiškai **būtent čia įvyksta daugiausia nelaimingų atsitikimų**. Todėl būtina atidžiai įvertinti galimas rizikas ir imtis prevencinių priemonių.

AŠTRŪS IR SMULKŪS DAIKTAI

Virtuvėje ir kituose namų kampuose dažnai laikomi aštrūs įrankiai – peiliai, žirkklės, adatos. Jie turėtų būti laikomi aukštai arba užrakintose stalčiuose. Smulkūs daiktai, tokie kaip monetos, sagos, baterijos ar žaislų detalės, kelia užspringimo pavojų, todėl jų negalima palikti vaikams pasiekiamoje vietoje. Ypač pavojingos yra mažos baterijos (vadinamosios „tabletės“), kurios gali sukelti rimtus vidaus organų pažeidimus.

ELEKTROS SAUGA

Vaikai dažnai domisi elektros lizdais ir laidais. Neapsaugoti lizdai gali sukelti elektros smūgį, todėl būtina naudoti specialius apsauginius dangtelius. Taip pat svarbu užtikrinti, kad laidai nebūtų nutįsę ar pažeisti. Elektriniai prietaisai turėtų būti laikomi taip, kad vaikai negalėtų jų lengvai pasiekti ar netyčia įjungti.

VAISTAI IR CHEMINĖS MEDŽIAGOS

Buitinė chemija, valikliai, skalbikliai ir vaistai dažnai atrodo patraukliai dėl spalvų ar pakuotės, todėl vaikai gali juos palaikyti maistu ar gėrimais. Visos šios medžiagos turi būti laikomos aukštai arba užrakintose spintelėse. Taip pat svarbu niekada neperpilti chemikalų į gėrimų butelius – tai gali suklaidinti vaiką.

VIRTUVĖS PAVOJAI

Virtuvė yra viena pavojingiausių vietų namuose. Karšti puodai, keptuvės, verdantis vanduo ar aliejus gali sukelti rimtus nudegimus. Rekomenduojama naudoti galinius viryklės degiklius, puodų rankenas atsukti į vidų. Taip pat svarbu neleisti vaikams būti arti viryklės ar orkaitės veikimo metu.

LANGAI IR BALKONAI

Atviri langai ar neapsaugoti balkonai kelia kritimo riziką. Reikėtų įrengti specialias langų apsaugas, neleisti vaikams lipti ant palangių ar baldų prie lango. Net trumpam paliktas be priežiūros vaikas gali atsidurti pavojingoje situacijoje.

VONIO KAMBARYS

Slidžios grindys, vanduo ir elektros prietaisai sudaro pavojingą derinį. Vaikų niekada negalima palikti vienų vonioje, net ir trumpam. Taip pat svarbu reguliuoti vandens temperatūrą, kad būtų išvengta nusiplikymo.

SAUGUMAS LAUKE

Laukas vaikams suteikia galimybę judėti, tyrinėti ir bendrauti, tačiau čia taip pat slypi nemažai pavojų. Tinkamas pasiruošimas ir vaikų mokymas gali padėti jų išvengti.

EISMO SAUGA

Vienas didžiausių pavojų lauke – eismas. Vaikus būtina nuo mažens mokyti, kaip saugiai pereiti gatvę, ką reiškia šviesoforo signalai, kodėl svarbu dairytis į abi puses. Taip pat rekomenduojama naudoti atšvaitus ar ryškiaspalvius drabužius, kad vaikas būtų matomas tamsiu paros metu.

ŽAIDIMŲ AIKŠTELĖ

Ne visos aikštelės yra vienodai saugios. Prieš leidžiant vaikui žaisti, verta įvertinti įrenginių būklę: ar jie stabilūs, ar nėra aštrių kraštų, ar danga pakankamai minkšta. Taip pat svarbu mokyti vaikus saugiai naudotis sūpynėmis, čiuožyklomis ir kitais įrenginiais.



VANDENS TELKINIAI

Vanduo – viena pavojingiausių aplinkų vaikams. Net ir sekliame vandenyje vaikas gali paslysti ar prarasti pusiausvyrą. Todėl vaikai turi būti nuolat prižiūrimi prie ežerų, upių, jūros ar baseinų. Svarbu mokyti juos pagrindinių saugaus elgesio taisyklių vandenyje.

GYVŪNAI

Vaikai dažnai nori glostyti gyvūnus, tačiau ne visi jie yra draugiški. Reikia mokyti vaikus nesiartinti prie nepažįstamų gyvūnų, netrukdyti jiems valgant ar ilsintis. Taip pat svarbu paaiškinti, kaip atpažinti gyvūno elgesio signalus.

ORO SĄLYGOS

Karštis, šaltis ar stiprus vėjas taip pat gali būti pavojingi. Vasarą būtina saugoti vaikus nuo perkaitimo ir saulės smūgio – naudoti kepure, kremą nuo saulės, užtikrinti pakankamą skysčių kiekį. Žiemą svarbu tinkamai aprengti vaiką ir saugotis slidžių paviršių.

SAUGUMO UGDYMAS DARŽELYJE

Darželis yra viena svarbiausių vaiko socializacijos ir ugdymo erdvių. Čia vaikai ne tik žaidžia ir mokosi, bet ir įgyja svarbių gyvenimo įgūdžių, tarp jų – saugaus elgesio.



SAUGIOS APLINKOS UŽTIKRINIMAS

Darželiuose aplinka turi būti pritaikyta vaikų amžiui: baldai stabilūs, žaislai saugūs ir sertifikuoti, patalpos – tvarkingos. Lauko aikštelės turi būti reguliariai tikrinamos.

PEDAGOGŲ PRIEŽIŪRA

Nuolatinė ir atidi priežiūra yra būtina. Pedagogai turi stebėti vaikų veiklą, užkirsti kelią pavojingoms situacijoms ir operatyviai reaguoti į incidentus.

SAUGUMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS

Darželyje vaikai mokomi per žaidimą ir praktines situacijas: kaip saugiai elgtis grupėje, kaip dalintis žaislais, kaip išvengti susidūrimų ar kritimų. Taip pat organizuojamos edukacijos apie eismo saugumą, elgesį su nepažįstamais žmonėmis ar ekstremalias situacijas.

TAISYKLIŲ LAIKYMASIS

Aiškios ir nuosekliai taikomos taisyklės padeda vaikams suprasti ribas. Pavyzdžiui, bėgioti leidžiama tik lauke, žaislai turi būti naudojami pagal paskirtį, o po veiklos – sutvarkomi.

BENDRADARBIAVIMAS SU TĖVAIS

Labai svarbu, kad darželis ir šeima veiktų išvien. Tėvai turėtų informuoti pedagogus apie vaiko sveikatos ypatumus, alergijas ar elgesio bruožus. Tuo tarpu pedagogai gali dalintis pastebėjimais ir rekomendacijomis.

Suaugusiųjų vaidmuo. Vaikų saugumas priklauso nuo suaugusiųjų atsakomybės. Tėvai ir pedagogai turi ne tik saugoti, bet ir mokyti. Vaikams svarbu suprasti, kodėl tam tikras elgesys yra pavojingas, o ne tik girdėti draudimus.

Svarbu rodyti tinkamą pavyzdį – laikytis taisyklių, būti atsargiems, gerbti aplinką. Vaikai mokosi stebėdami, todėl suaugusiųjų elgesys turi didelę įtaką.

Vaikų saugumas – tai nuolatinis ir bendras procesas, reikalaujantis dėmesio, žinių ir atsakomybės. Tiek namuose, tiek lauke, tiek darželyje svarbu kurti saugią aplinką, mokyti vaikus ir bendradarbiauti. Tik taip galima sumažinti nelaimingų atsitikimų riziką ir užtikrinti, kad vaikas augtų sveikas, saugus ir pasitikintis savimi

Parengė visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje Edita Šulcienė, pagal PSO pateiktas rekomendacijas. El. p. edita.sulciene@sveikatos-biuras.lt, Tel. 067290424.